



11月のほけんだより

平成29年11月1日発行
戸塚愛児園

朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。一日のうちの寒暖差が激しいと、かぜをひきやすくなります。これからやってくる本格的な冬に向けて、かぜに負けないじょうぶな体作りを心がけましょう。

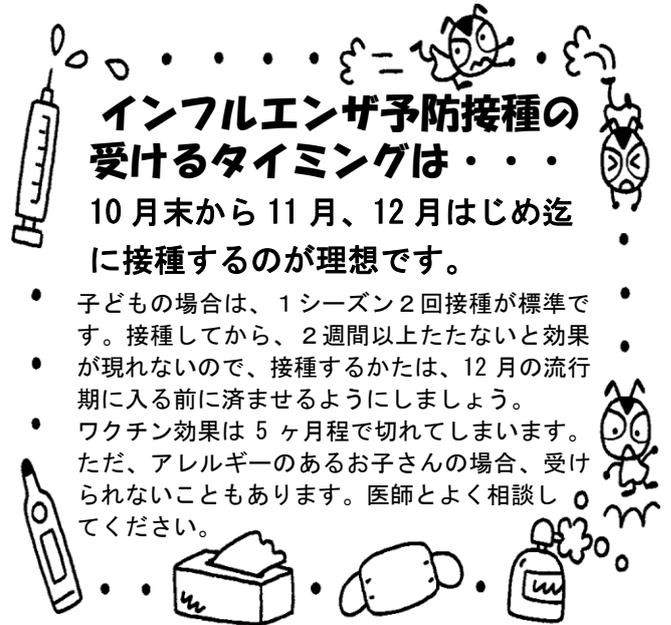
10月の感染症

感染性胃腸炎（ウイルス性） 1名
突発性発疹 2名
溶連菌感染症 1名

気温の温度差があり、発熱・鼻水・咳など体調を崩すお子様が多く見られました。

これから感染性胃腸炎・インフルエンザなどの流行が予想されます。発熱がなくても、嘔吐・下痢などの症状が（24時間以内に2回以上）ある場合や下痢が治ってもすぐには登園せず、2日間は登園を控えましょう。いつも通りの食事が摂れ、機嫌が良いことが登園の目安です。（集団感染予防のため、ご協力をお願い致します。）

インフルエンザと診断された場合は、医師用の登園許可証明書が必要です。登園時には、必ず担任に提出して下さい。



インフルエンザ予防接種の 受けるタイミングは・・・

10月末から11月、12月はじめ迄
に接種するのが理想です。

- 子どもの場合は、1シーズン2回接種が標準です。接種してから、2週間以上たないと効果が現れないので、接種するかは、12月の流行期に入る前に済ませるようにしましょう。
- ワクチン効果は5ヶ月程で切れてしまいます。ただ、アレルギーのあるお子さんの場合、受けられないこともあります。医師とよく相談してください。

歯科健診をおえて

歯科医師：神山ゆみこ先生から・・・

今回は0・1・2歳児さんを対象に歯科健診を行いました。歯科医師神山ゆみこ先生から「皆さんよく歯磨きが出来ていると」お褒めの言葉を頂きました。

歯科栄養士の鈴木和子先生には（4・5歳児対象）栄養指導をして頂きました。

さくら組：「甘い飲み物は砂糖がいっぱい」
ジュースやスポーツ飲料水には、お砂糖がたくさん入っています。のどが渇いている時、お水を冷して飲むだけでもジュースよりもおいしく感じます。お試しください。

歯科衛生士の関さんに赤染めを指導して頂き、皆上手に磨けていました。「見て～見て～、赤染めで来た！」と嬉しそうに歯を見せてくれたさくら組さんでした。

すずらん組は「元気号で行こう」体に必要な栄養素を赤・青・黄色の電車に見立て、子どもたちにわかりやすく説明してくれました。季節の食材をバランスよく食べ、よく噛んで味を楽しみながら味覚を育てましょう。

インフルエンザの症状

38℃以上の発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛などの全身症状が現れます。（症状が急に現れるのが特徴です。）かぜと同じような、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状もあります。お子さんでは、まれに急性脳症を起こしたり、高齢者や免疫力が低下している方では、肺炎等が重症化することがありますので注意が必要です。



インフルエンザかな？と思ったら・・・

必ず病院を受診し医師の診察を受けて下さい。

インフルエンザの出席停止期間

高熱が出て辛いインフルエンザ「熱が下がったらもう大丈夫」と思っていないですか？インフルエンザは熱が下がってからも体内にウイルスが残っています。（咳などで周りにまき散らしてしまう恐れがあります。）

他の人に感染させないために

- 発症してから5日間経過している
- 熱が下がって（幼児）3日間経過している（上記の両方を満たしていることが条件です。）

登園の際には、必ず登園許可書（医師用）の提出が必要となります。

秋の健康診断がありました。

健診で肌がかさかさしているお子さんが数名見られました。これから冬にかけて空気も乾燥してきますので、日々のケアを心がけデリケートな肌を守りましょう。

MRワクチン（麻疹・風疹）はお済みですか・・・？

1回目：生後12か月～24か月未満

2回目：小学校入学前の1年間（対象：すずらん組）

※集団生活でウイルスによる感染症にかからない、広げないためにも、麻疹、風疹、水痘、おたふくかぜ、インフルエンザの予防接種を受けましょう。